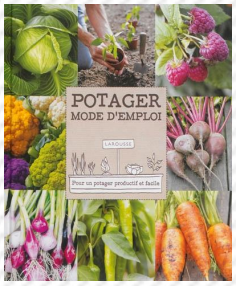
passage du livre .com

Potager : mode d'emploi

GENCOD : 9782035884091



PASSAGE CHOISI

Extrait de l'introduction

Les petits potagers connaissent un boom sans précédent. Rien de surprenant. Nos emplois du temps surchargés nous laissent peu de disponibilité pour le sport, et nous achetons nos fruits et légumes au supermarché. S'occuper d'un petit lopin de terre est une réponse à ce que nous percevons comme un dysfonctionnement. Essayez vous aussi, et vous ne reviendrez jamais plus en arrière !

Des bénéfices multiples

Cultiver vos fruits et légumes vous oblige à sortir, à prendre l'air mais ce n'est pas le seul bénéfice.
♦ LES JARDINIERS MANGENT PLUS SAINEMENT Ayant fait pousser eux-mêmes leurs 5 fruits recommandés chaque jour par les nutritionnistes, ils ne les laisseront pas perdre.
♦ JARDINER EST UN VÉRITABLE EXERCICE PHYSIQUE Les premiers temps, vos muscles se rappelleront à votre bon souvenir... mais vous serez heureux de les sentir !
♦ VOTRE ESPRIT SE DÉTEND quand vous jardinez. Vous laissez vos tracas derrière vous.
♦ CHAQUE SAISON QUI PASSE vous donne de l'expérience.
♦ VOUS FAITES DES ÉCONOMIES tout en travaillant. Pour le prix d'un paquet de graines, vous avez des légumes frais.

Outils

Pour faire un travail correct, il vous faut des outils adaptés. Vous pouvez acheter des outils d'occasion. Choisissez des modèles adaptés à votre taille, à votre corpulence et assurez-vous qu'ils sont confortables à utiliser et bien équilibrés Entretenez-les soigneusement, nettoyez-les après chaque usage et ils vous dureront toute la vie. Voici la liste des outils de base :

° fourche-bêche
° transplantoir
° bêche
° râteau à feuilles
° plantoir
° cordeau
° fourche à main
° croc à long manche
° sarcloir et binette
° arrosoir
° brouette
° tondeuse (pour les allées)

EN SAVOIR PLUS SUR CE LIVRE

Consultez la fiche complète de ce livre sur PassageDuLivre.com

Commandez ce livre sur Fnac.com